



Angst en onzekerheid in tijden van corona

Uit onderzoek van het Helen Dowling Instituut (HDI) blijkt dat gevoelens van eenzaamheid, angst en stress onder kankerpatiënten flink zijn toegenomen sinds de coronauitbraak. Zo ook bij HDI-cliënt Bianca Weijers (48). Zij durfde haar eigen gezin niet aan te raken en is met de oplopende cijfers bang om de deur uit te gaan.

Vorig jaar november kreeg ik te horen dat ik galwegkanker heb. Ik voelde me destijds fitter dan ik een hele tijd had gedaan, dus ik ging van -voor mijn gevoel – ‘helemaal gezond’ naar ‘terminale kankerpatiënt’. Ze wisten niet hoe lang ik nog zou hebben, maar gemiddeld genomen een jaar. Dat kun je op dat moment helemaal niet verwerken. Ik zat bij het St. Antonius en ik ben daar heel goed begeleid door de verpleegkundig specialist: zij regelde een diëtiste, een sociaal maatschappelijk werker en een aanmelding bij het HDI voor mij. En dat laatste was erg belangrijk, want het psychische deel vind ik het zwaarst. Niet de chemotherapie of de operatie die ik inmiddels heb ondergaan, maar de doodsangst. Hoe deal je daarmee? En hoe gaan je partner en kinderen ermee om? Die angsten spoken vooral 's nachts door je hoofd: gaan ze het wel redden zonder mij?

Je neerleggen bij het feit dat je leven moet stoppen terwijl het nog niet af is, en bij dat je de dingen niet meer kan doen die je voor ogen had, daar zit zoveel verdriet in. Dat loslaten is zwaar. Ik ben daar nu nog niet en weet ook niet of ik daar ooit zal komen, maar ik had op een gegeven moment wel een modus gevonden om de dagen door te komen. Ik had een bucketlist gemaakt en er stonden mooie dingen op de planning: we hadden een prachtig huis in Sicilië gehuurd en zouden in de zomervakantie naar Amerika gaan. Toen kwam het coronavirus om de hoek kijken.

Ik herinner me goed toen dat geluidsfragment opdook van een Italiaanse verpleegkundige die beschreef dat zij moesten kiezen tussen wie bleef leven en wie niet. Ik werd er panisch van. Ik word straks natuurlijk niet meer opgenomen, dacht ik. Ik ben immers al terminaal. De scholen gingen dicht en we



Bianca Weijers

FOTO: JOSHUA ROOD

zaten thuis met onze kinderen van 7 en 10. Al die tijd was ik wekelijks naar het ziekenhuis gegaan voor chemotherapie, maar op dat moment gingen mijn bloedwaarden ineens achteruit. Daardoor keldert je weerstand. Hoe vatbaar ik precies was voor het coronavirus konden ze niet zeggen. Die onzekerheid en angst kon ik niet aan. Ik wilde niet meer dat mijn kinderen gingen buitenspelen en durfde hen en mijn man niet aan te raken.

‘Mijn zoontje wilde helemaal niet meer naar buiten omdat hij mama niet ziek wilde maken.’

Dat heeft een hele poos geduurd, tot ik zag welk effect het op mijn gezin had. Mijn dochter was haar veilige plek kwijt; school was kankervrij en daar kon ze even loslaten wat er thuis speelde. Mijn zoontje wilde helemaal niet meer naar buiten omdat hij mama niet ziek wilde

maken. Ik dacht: als dit de rest van mijn leven is, dan word ik gek. Ik besloot toen dat het anders moest. De kinderen mochten toen weer naar school en buitenspelen. Langzaam durfde ik weer fysiek contact met mijn gezin te hebben, en op veilige afstand te gaan wandelen met mensen. Dat gaf enorm veel energie; echt fantastisch.

Met de oplopende cijfers komen de angsten helaas weer terug. Ik ben boos op Den Haag die hun leiderschapsrol niet pakken. En bang om corona te krijgen en de deur uit te gaan. Al komt het nu wel erg dicht bij. Wij zitten namelijk op dit moment in quarantaine omdat bij mijn man corona is vastgesteld. Gelukkig erg mild, maar toch erg spannend. Het is een grote mentale uitdaging. We moeten afwachten.’